JULIANA TERCI TAROSSO

ATENDIMENTO PSICOLÓGICO DE CASAL EM CLÍNICA-ESCOLA NORTEADO PELA TERAPIA COMPORTAMENTAL INTEGRATIVA DE CASAL (IBCT): O USO DE ESTRATÉGIAS DE ACEITAÇÃO E MUDANÇA

UM RELATO DE CASO

Londrina
2021

JULIANA TERCI TAROSSO

ATENDIMENTO PSICOLÓGICO DE CASAL EM CLÍNICA-ESCOLA NORTEADO PELA TERAPIA COMPORTAMENTAL INTEGRATIVA DE CASAL (IBCT): O USO DE ESTRATÉGIAS DE ACEITAÇÃO E MUDANÇA

UM RELATO DE CASO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Psicologia do Centro Universitário Filadélfia - UniFil, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Ms. Karina Cinel

Londrina
2021

JULIANA TERCI TAROSSO

ATENDIMENTO PSICOLÓGICO EM CLÍNICA-ESCOLA NORTEADO PELA TERAPIA COMPORTAMENTAL INTEGRATIVA DE CASAL (IBCT): O USO DE ESTRATÉGIAS DE ACEITAÇÃO E MUDANÇA

UM RELATO DE CASO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Psicologia do Centro Universitário Filadélfia - UniFil, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

BANCA EXAMINADORA

_____

Orientador: Prof(a). Ms. Karina Casaçola Cinel
Centro Universitário Filadélfia - UniFil

_____

Prof(a). Esp. Jeniffer Carolina de Souza Melo
Centro Universitário Filadélfia - UniFil

_____

Prof(a). Dr(a). Patrícia Vaz de Lessa
Centro Universitário Filadélfia - UniFil

Londrina, 30 de outubro de 2021.

TAROSSO, Juliana Terci. **Atendimento psicológico de casal em clínica-escola norteada pela Terapia Comportamental Integrativa de Casal (IBCT)**: O uso de estratégias de aceitação e mudança. Um relato de caso. 51 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia). (2021). Centro Universitário Filadélfia (Londrina – PR, Brasil).

RESUMO

A qualidade dos relacionamentos conjugais influencia a saúde psicológica dos parceiros. Diante disso, a psicoterapia de casal pode auxiliar a produzir mudanças na interação entre os parceiros, e a Terapia Comportamental Integrativa de Casal (IBCT) abarca estratégias para intervir nesta dinâmica. O presente estudo tem como objetivo analisar a condução de caso clínico de casal norteado pelos princípios da IBCT e o uso de suas estratégias de aceitação e mudança, e promover um modelo de atuação para auxiliar o psicólogo clínico na entrada no mercado de trabalho. Para analisar os dados, foi utilizada a metodologia de relato de experiência profissional e os prontuários das sessões. Os resultados mostraram melhoras na satisfação conjugal, na aceitação e tolerância as diferenças, e no aumento do diálogo baseado em padrões de interação mais adequados. Conclui-se que considerando as particularidades do caso, o aporte teórico da IBCT em relação a aceitação e mudança aplicou-se de forma satisfatória a realidade do casal. Como lacuna, pode ser importante o estudo das aplicações de estratégias de aceitação e mudanças a outros funcionamentos conjugais, culturas e em um maior número de sessões.
Palavras chave: Terapia Integrativa de Casal. Aceitação. Mudança.

TAROSSO, Juliana Terci. **Atendimento psicológico de casal em clínica-escola norteada pela Terapia Comportamental Integrativa de Casal (IBCT)**: O uso de estratégias de aceitação e mudança. Um relato de caso. 51 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia). (2021). Centro Universitário Filadélfia (Londrina – PR, Brasil).

ABSTRACT

The quality of marital partners influences the psychological health of partners. Therefore, couple psychotherapy can help to produce changes in the interaction between partners, and Integrative Behavioral Couple Therapy encompasses strategies to intervene in this dynamic. This study aims to analyze the conduct of a couple´s clinical case guided by the principles of IBCT and the use of its acceptance and change strategies, and to promote an acting model to assist the clinical psychologist in entering the labor market.

To analyze the data, the methodology of reporting professional experience and the records of the sessions were used. The results showed important changes in the interaction between the couple and improvements in marital satisfaction. It is concluded that considering the particularities of the case, the theoretical contribution of the IBCT in relation to acceptance and change was satisfactorily applied to the reality of the couple. As a gap, it may be important to study the applications of acceptance and change strategies to other marital functioning, cultures and in a greater number of sessions.

Keywords: Integrative Behavioral Couple Therapy. Acceptance. Change.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO 8
2 REFERENCIAL TEORICO 10
2.1 Análise do Comportamento 10
2.2 Terapias *Contextuais* 11
2.3 Histórico da Psicoterapia para Casais 12
2.4. IBCT e Aplicação Clínica 13
2.5. Fase de Avaliação 14
2.6 Fase do Tratamento 16
*2.6.1 Estratégias de Aceitação **17***
*2.6.2. Estratégias de Mudança **18***
2.7. Desligamento da Psicoterapia 18
3 MÉTODO 20
3.1 Caso Clínico 20
*3.1.1. Entrevista de Triagem **20***
*3.1.2. Dados Obtidos na Fase de Avaliação **21***
3.2 Recursos 24
3.3 Procedimento 25
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO 33
4.1. O Uso de Questionários 33
4.2. Estratégias de Aceitação 34
*4.2.1. União Empática **34***
*4.2.2. Distanciamento Unificado do Problema **35***
4.3. Estratégias de Mudança 36
*4.3.1. Treino de Comunicação **36***
*4.2.2. Treino de Resolução de Problemas **38***
*4.2.3. Intercâmbio Comportamental **39***
*4.3.4. Treino de Habilidades Sociais **41***
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS 41
REFERÊNCIAS 42
APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE ESCLARECIDO 45
ANEXO A – QUESTIONÁRIO DE ÁREAS PROBLEMÁTICAS 46
ANEXO B – QUESTIONÁRIO DO RELACIONAMENTO 47
ANEXO C – QUESTIONÁRIO DE SATISFAÇÃO CONJUGAL 49
ANEXO D – QUESTIONÁRIO DE COMUNICAÇÃO DURANTE O CONFL

1 INTRODUÇÃO

Os relacionamentos conjugais são preponderantes na qualidade de vida, saúde e bem estar psicológico dos indivíduos, de forma que os padrões de relações interpessoais presentes na relação diádica estão relacionadas com a saúde mental (GUIMARÃES E COUTO, 2011). Em revisão sistemática das estratégias utilizadas por casais para a resolução de conflito nos últimos cinquenta anos, Markman *et al* (2010) apud Costa et al (2017) analisam que estas podem ser positivas ou destrutivas. No que se refere às estratégias prejudiciais, os autores argumentam que a comunicação negativa entre casais é o maior fator de risco para o conflito e o divórcio, uma vez que esse padrão de interação se mostra como uma experiência dolorosa aos companheiros.

Em apresentação sobre transtornos psicológicos em geral, Vandenberghe (2015) explica que apesar de os problemas do casal apresentarem a possibilidade de iniciar, exacerbar e complicar os transtornos do DSM-5, os conflitos conjugais não podem ser tratados como um transtorno, mas merecem atenção terapêutica por conta do sofrimento físico e psicológico que produz nos parceiros. Diante disso, a psicoterapia de casal pode ter a função de auxiliar cada parceiro a identificar padrões interacionais destrutivos, aprender a resolver conflitos de forma diferente à história de aprendizagem e alterar estilos de comunicação negativa (COSTA *ET AL*, 2017).

Considerando a necessidade exposta, a Terapia Comportamental Integrativa de Casal (IBCT) mostra-se como uma vertente possível da terapia de casal na intervenção nos padrões de interação entre casais, uma vez que de acordo com Christensen, Doss e Jacobson (2018), a IBCT busca criar aceitação e mudança nas relações, estimular os casais a empreenderem melhoras nas interações de forma autônoma, promover a cada parceiro uma compreensão mais profunda de si e do outro parceiro, para então, transformar os conflitos em momentos de paz e intimidade, promovendo a satisfação conjugal. Para isso, Jacobson & Christensen (1996) apud Abreu e Abreu (2021), explicam que a intervenção é embasada por uma variedade de estratégias de tratamento sob a consistente abordagem comportamental.

Por meio de um estudo de caso, a presente pesquisa fundamenta-se no seguinte problema: “Quais os resultados obtidos na dinâmica conjugal a partir do uso das estratégias da Terapia Comportamental Integrativa de Casal?”. Para isto, apresenta como objetivo geral analisar a condução de caso clínico de casal norteado pelos princípios da Terapia Integrativa Comportamental de Casal (IBCT) e o uso de suas estratégias de aceitação e mudança. Como objetivos específicos, busca promover um modelo de condução analítico-comportamental para casais em clínica-escola, discutir estratégias de aceitação e mudança da IBCT em caso clínico, e levantar possibilidades de atuação do psicólogo clínico para casais dentro da inserção no mercado de trabalho.

2 REFERENCIAL TEORICO

Nesse referencial teórico, foi escolhido abordar a Análise do comportamento como base epistemológica das terapias contextuais; discorrer sobre o histórico da Terapia de casais para compreender o caminho percorrido até a utilização do modelo da IBCT; descrever as estratégias de aceitação e mudança utilizadas na intervenção norteada pela IBCT.

2.1 Análise do Comportamento

Como uma abordagem psicológica, a Análise do Comportamento (AC) tem Burrhus Frederic Skinner como principal expoente, uma vez que o autor concebeu o Behaviorismo Radical, que atua como a filosofia da ciência do comportamento, embasando a concepção de ser humano da AC (MOREIRA E MEDEIROS, 2007). Desta forma, Skinner (1971) concebe o comportamento como objeto de estudo, descreve que o comportamento é formado e mantido por suas consequências, e que este fato clarifica a formulação da interação entre o organismo e o ambiente.

A fim de conceituar a Análise do Comportamento (AC) como uma abordagem psicológica, Moreira e Medeiros (2007) elucidam que a AC busca compreender o ser humano (organismo) na interação com o seu ambiente (mundo físico, social, história de vida e interação com nós mesmos). De forma que, essa investigação ocorre para tentar prever as circunstâncias que o comportamento tem maior probabilidade de ocorrer, e controla-lo, sendo o que ocorre em intervenções psicoterápicas, por exemplo. (MOREIRA e MEDEIROS, 2007).

Com relação a aplicação clínica da AC, Ferreira *et al* (2017) explicam que a interpretação de estratégias psicoterapêuticas como adequadas depende de onde se deseja chegar, ou seja, o objetivo da psicoterapia valida diferentes estratégias terapêuticas. No entanto, os autores supramencionados questionam sobre a falta de clareza e parâmetros normativos sobre objetivos terapêuticos na Análise do Comportamento Clínica, uma vez que a psicoterapia

não seria direcionada pela redução de sintomas. Considerando isso, eles concluem que, tanto a TAC como o movimento de terapias contextuais precisam se pautar na análise funcional do comportamento.

Em complemento, Moraes (2013, p. 5) resume que a psicoterapia analítico-comportamental tem como principal objetivo:

> promover a análise e modificação de contingências por parte do próprio cliente, construindo repertórios comportamentais mais adaptativos em detrimento daqueles que trazem sofrimento para o indivíduo.

Nesse sentido, o autor mostra que o caminho a ser trilhado junto ao cliente na psicoterapia visa ensiná-lo a analisar funcionalmente o próprio repertório comportamental, a fim de identificar as contingências de aquisição e manutenção dos comportamentos.

2.2 Terapias Contextuais

No histórico de psicoterapias analítico-comportamentais, vê-se de acordo com Lucena-Santos, Pinto-Gouveia e Oliveira (2015) que a primeira geração de terapias comportamentais concentrou os esforços em estudos empíricos relacionados a princípios comportamentais clinicamente relevantes, em busca da mudança de comportamento por meio da investigação de processos de aprendizagem, enfraquecimento e fortalecimento de comportamentos, focando nas emoções e comportamentos problemáticos. Os autores mostram que a segunda geração entendia que um pensamento está associado ao desajustamento, que a forma e frequência do pensamento está diretamente associada a efeitos emocionais ou comportamentais, e que o conteúdo cognitivo é alvo direto de intervenções (por meio de falhas lógicas, treino e construção de pensamentos alternativos, etc).

Em relação à terceira geração, Lucena-Santos, Pinto-Gouveia e Oliveira (2015) explicam que consiste em um conjunto de terapias específicas que emergiram nos anos 1990 dentro da tradição da terapia comportamental (a partir das gerações anteriores), que foram reformuladas, sintetizadas e

direcionadas para temas e domínios previamente valorizados por outras tradições terapêuticos, buscando melhorar seus resultados. É fundamentada em uma abordagem empírica e focada em princípios (primeira geração), no entanto, enfatizando estratégias de mudança contextuais e experienciais, explorando áreas tradicionalmente consideradas como menos empíricas no âmbito do trabalho clínico de forma científica (aceitação, valores, mindfulness), com o objetivo de alterar as funções de eventos psicológicos prejudiciais a qualidade de vida do cliente, uma vez que os pensamentos são entendidos como comportamentos privados, que não objetivam ser modificados em forma ou frequência por serem difíceis, mas aceitos, pois o objetivo não é eliminar comportamentos problemáticos específicos (LUCENA-SANTOS, PINTO-GOUVEIA e OLIVEIRA, 2015).

Em complemento para a compreensão do contextualismo como princípio filosófico nas psicoterapias analítico comportamentais de terceira geração, Hayes (2004) explica que os principais componentes do contextualismo funcional são o foco no evento como um todo, a sensibilidade ao papel do contexto no entendimento da natureza e função de um evento, a ênfase em um critério de verdade pragmatista, e objetivos científicos específicos para aplicar o critério de verdade.

2.3 Histórico da Psicoterapia para Casais

Entende-se que pelas diversas demandas e públicos na atuação clínica, é necessário o treino do olhar para as necessidades de cada paciente. Nesse sentido, a Terapia Comportamental de Casais possui um histórico que aos poucos se adapta às intervenções mais adequadas ao favorecimento da dinâmica entre os parceiros e a passagem por períodos históricos. Vandenberghe (2015) elucida que o surgimento desta vertente foi devido à mudança de papéis de gênero no século XX, em que o casamento adquiriu a função de instrumento de realização individual, os casais passaram a construir as próprias soluções, o que demanda habilidades de comunicação e de resolução de problemas.

Considerando esse cenário, o autor supracitado explica que o primeiro modelo, chamado Terapia Comportamental de Casais (TCTC) buscava estabelecer um padrão eficiente de trocas de reforços positivos, por meio da definição objetiva do comportamento que se esperava do outro, e posterior arranjo das contingências para alterar a frequência dos próprios comportamentos em troca do comportamento desejado, além de treino de comunicação objetiva, estratégias de resolução de problemas e posterior junção com técnicas para modificação de crenças inadequadas vindas da Terapia Cognitivo Comportamental (TCC).

Entretanto, com o início do desenvolvimento da Terapia Comportamental Integrativa de Casais na década de 1980 (IBCT), a prática, os estudos e questionamentos de Jacobson e Christensen evidenciaram gradualmente o caráter mecanicista da TCTC e dificuldades em adequá-la as necessidades dos casais, por conta do foco na tentativa de mudar o parceiro, somente no comportamento observável, no controle por regras e o suposto saber dos psicoterapeutas sobre a necessidade dos pacientes e as soluções predeterminadas (VANDENBERGHE, 2015).

Assim, a Terapia Comportamental Integrativa de Casais foi desenvolvida a partir da TCTC e mantém a vertente psicoeducativa, mas de acordo com Jacobson e Chistensen (1996) apud Vandenberghe (2015) diferencia-se por prezar pela visão contextualista, trabalhar com temas amplos e recorrentes, enfatizar a aceitação emocional e permitir o trabalho das contingências, olhando para o comportamento moldado pelas circunstâncias. A partir disso, considera o aspecto vivencial na sessão, em que o terapeuta busca se conectar com as emoções do casal e os aspectos relacionais complexos e não se restringir a avaliação de comportamentos-alvo e apego rígido a teorias.

2.4. IBCT e Aplicação Clínica

A IBCT identificou que a etiologia dos problemas do casal ocorre pela diminuição das interações de reforço (estímulo obtido na interação do casal

perdem as propriedades reforçadoras ou se tornam aversivos) e desenvolvimento de interações punitivas (comumente pelo desenvolvimento de conflitos diante das diferenças dos parceiros identificadas na convivência) (CHRISTENSEN et al., 2016).

Sobre a estrutura das sessões, Christensen *et al*. (2016, p. 14) apresentam que a “fase de avaliação compreende pelo menos uma sessão conjunta entre o casal, seguida de sessões individuais com cada um dos parceiros”, sendo seguida por uma sessão de feedback na qual descreve sua formulação sobre o casal, os problemas, o plano para o tratamento, orienta-os sobre o processo psicoterapêutico e evoca a participação dos parceiros. No entanto, o terapeuta avalia primeiramente se o casal é adequado para a terapia, para assim, desenvolver a formulação. Em acréscimo, apesar da estrutura das fases da IBCT e a contemplação de objetivos para cada sessão por meio da agenda, o modelo não possui um protocolo restrito, permitindo assim a reformulação de objetivos durante o processo terapêutico, o trabalho com as principais interações da semana e a abertura para feedback sobre o andamento das sessões e o vínculo com o psicoterapeuta.

2.5. Fase de Avaliação

Sobre os primeiros contatos entre o casal e o psicoterapeuta, Christensen (2016) expõe que a Terapia Comportamental Integrativa de Casais distingue a fase de avaliação e o tratamento propriamente dito, em que a fase de avaliação se refere a, no mínimo, uma sessão conjunta do casal, na sequência duas sessões individuais; e objetiva realizar orientações sobre o processo terapêutico, avaliar se o casal é adequado para a terapia, e se a resposta for positiva, desenvolver a formulação de caso a ser discutida na sessão de feedback.

No que se refere a primeira entrevista conjunta, esta pode ter duração de até 1h30min e busca coletar o histórico de relacionamento, quais os problemas que separam o casal, sua duração, regularidade, origem e exemplos, como o casal lida com esses problemas, qual a rotina e relacionamentos

sociais dos parceiros, o que esperam da psicoterapia, e quais são as forças que os mantêm juntos. Nas entrevistas individuais, Carvalho, Cavalcante e Moreira (201?)[1] sintetizam que podem ser obtidas questões inéditas devido a tendência de cada parceiro a ser mais honesto sobre os assuntos sensíveis do casal, sendo importante a clarificação para o cliente sobre a neutralidade do terapeuta. Ademais, o foco individual permite a identificação de como a história de vida selecionou os padrões comportamentais que interagem na relação.

Sobre a coleta de dados, entende-se que esta é renovada ao longo do processo terapêutico de acordo com os acontecimentos e as discussões realizadas junto ao casal, no entanto, este trabalho se baseia em uma formulação de caso sólida durante o período de avaliação, a fim de oferecer uma continuidade adequada e condizente aos objetivos. Para isso, Vandenberghe (2015) explica que a avaliação é orientada por buscar verificar qual o nível de desconforto e comprometimento, quais são as questões que dividem o casal, quais são os pontos fortes que os mantêm juntos e o que o tratamento pode fazer por eles. Para obter esses dados, é possível ao psicoterapeuta fazer uso de questionários objetivos, e aprofundar nas entrevistas os dados obtidos sobre as áreas problemáticas do relacionamento. Lins (2020) descreve que os questionários[2] exercem a função de promover o autorrelato sobre a satisfação conjugal, o grau de compromisso com a relação, as principais áreas do relacionamento que possam apresentar problemas, e a possibilidade ou não, de situação de violência no relacionamento.

Em sequência da identificação do conflito central entre os parceiros (o qual evidencia o assunto que o casal não apresenta comunicação adequada), Sdoukos (2020) sintetiza que utiliza-se a Análise DEEP (Diferenças; sensibilidades Emocionais; circunstâncias Externas; Padrões de comunicação) para a compreensão do caso à luz das Diferenças (características – que envolvem dificuldades psicológicas, limitações pessoais, expressão de desejos ambíguos - opostas que tornaram-se difíceis de lidar e produzem conflito).

[1] O ano do trabalho não foi encontrado, e por essa razão, optou-se por representar o último dígito com um ponto de interrogação

[2] Os questionários utilizados serão descritos de maneira mais profundada na sessão 3.1.2, e podem ser consultados nos anexos.

O segundo ponto de análise são as Sensibilidades Emocionais (emoções acionadas ao se deparar com as diferenças dos parceiros, que envolvem as emoções superficiais e suaves e estão relacionadas a trajetória pessoal e histórico relacional); as Circunstâncias Externas (alterações no ambiente externo que provocam impactos distintos nos parceiros, e podem realçar as diferenças ou tocar em sensibilidades emocionais); por fim, o autor supracitado descreve que os Padrões de Comunicação se referem a maneira pela qual os parceiros tentam resolver uma situação existente.

Com a definição do tema, o psicoterapeuta precisa atentar-se para os processos de Armadilha Mútua, que consiste no posicionamento rígido de querer modificar o outro, mesmo avaliando que fez tudo o que pode e nada parece funcionar, e como consequência, ambos os parceiros se sentem presos na situação, mas não dialogam sobre isso. E nos processos de polarização

2.6 Fase do Tratamento

Após as sessões de avaliação, adentra-se no tratamento, que de acordo com Christensen *et al*. (2016) integra estratégias que visam promover a aceitação emocional e a mudança comportamental.

Utilizando o período de avaliação como base, Vandenbergue (2015) analisa que os problemas do casal podem ser trabalhados por meio da combinação entre técnicas de aceitação - união empática, distanciamento unificado do problema, construção da tolerância - e de mudança (intercâmbio comportamental, treinamento para comunicação, treinamento para resolução de problemas) sendo que as Diferenças e as Sensibilidades Emocionais podem ser trabalhadas por meio da aceitação emocional, as Circunstâncias Externas costumam exigir a aceitação, e a mudança ocorre nos Padrões de Interação.

Considerando isso, Christensen, Doss e Jacobson (2018) apresentam que por meio da experimentação e aceitação das vulnerabilidades comuns a todos e as incompatibilidades naturais que surgem entre dois indivíduos únicos, produz-se o desaparecimento de muitas necessidades e demandas de mudança, o aumento da receptividade e a busca por mudanças

verdadeiramente importantes para o relacionamento. Entretanto, é importante considerar a afirmação de Christensen (2000) apud Pientz e Andretta (2014) que a escolha do psicoterapeuta em focar em mudanças comportamentais ou na aceitação do companheiro depende das necessidades do casal. Nesse sentido, Christensen, Doss e Jacobson (2018) elucidam que, considerando que ambas as estratégias são válidas para acabar com o conflito, a via mais produtiva encontra-se em uma combinação de aceitação e mudança, de forma que ambos os parceiros se responsabilizem na busca pela solução. Desse modo, o psicoterapeuta utiliza-se da discussão das questões relacionadas a formulação e exercícios de casa para aprofundarem o trabalho realizado.

2.6.1 Estratégias de Aceitação

No que se refere a aceitação do parceiro na IBCT, Christensen et al. (2016) explicam que esta ocorre pelo desenvolvimento de uma compreensão das diferenças aparentemente irreconciliáveis, as usando para promover intimidade, empatia e compaixão um com o outro. De forma que, ao compreender o significado mais profundo deste comportamento e vê-lo em um contexto mais amplo, a tolerância do que é considerado um comportamento desagradável do parceiro torna-se uma escolha, e talvez seja possível avaliar o valor e importância desse comportamento no relacionamento (CHRISTENSEN, DOSS e JACOBSON, 2018).

Para o trabalho da aceitação, Christensen et al. (2016) discorre sobre as principais intervenções, que se referem a União Empática – em que os comportamentos de cada parceiro são reformulados como resultado de diferenças comuns, a fim de desenvolver empatia pela experiência do outro.

Vandenberghe (2015) ilustra a postura do terapeuta em validar perspectivas opostas, para que o casal possa expressar os sentimentos de forma amena aos discutir os problemas, sem culpabilizar o outro.

Outra estratégia possível de ser utilizada é o distanciamento unificado do problema, que conforme explicado por Christensen, Doss e Jacobson (2018) 0 distanciamento unificado do problema envolve a construção de tolerância

diante de comportamentos que não atingem sensibilidades emocionais.

2.6.2. Estratégias de Mudança

O treino de comunicação na sessão, de acordo Silva e Vandenberghe (2008, p. 166) objetiva “aumentar a correspondência entre o significado que o ouvinte atribuiu aos estímulos recebidos e o significado que o falante queria passar”; já o treino de resolução de problemas auxilia na preparação do casal para o enfrentamento de dificuldades futuras e desafios posteriores a terapia. Nesse sentido, a IBCT considera que, em conjunto com a modificação de comportamento dos parceiros em resposta a uma queixa, precisa ocorrer a aceitação, ou seja, uma alteração na reação emocional do parceiro que se queixa do comportamento problemático.

Na resolução de problemas com e treinamento de resolução de problemas (definição do problema, descrição do que o outro exige, expressar emoções envolvidas no problema. Posteriormente, quando o setting estiver favorável, tempestade de ideias). Portanto, entende-se que a mudança comportamental ocorre de forma progressiva e não impositiva, em que passa a ser vista pelo casal como uma alternativa possível.

Uma outra estratégia possível é o intercâmbio comportamental, em que conforme descrito por Pientz e Andretta (2014) a qualidade do relacionamento entre os parceiros pode ser intensifica com pequenas atitudes que beneficiam o outro, como pequenas comemorações em uma promoção no trabalho, levar os filhos para passear ou fornecer um tempo livre ao companheiro. Considerando isso, a estratégia do intercâmbio comportamental visa que um parceiro escolha comportamentos que deseja doar ao outro, promovendo o engajamento em melhoras na relação, e acesso a reforçadores positivos na interação.

2.7. Desligamento da Psicoterapia

No que se refere ao encerramento do processo terapêutico, estudos de Christensen e col. (2004) apud Christensen (2016) mostram a ocorrência de no máximo 26 sessões de terapia de casal, no entanto, estudos recentes mostram a eficácia de sessões de reforço a cada seis meses no seguimento de cinco anos a fim de verificar a manutenção do processo. Considerando que cada casal possui metas terapêuticas delineadas na avaliação e discutidas na sessão de feedback, Vandenberghe (2015, p. 522) mostra que as principais metas são estabelecidas em torno de “padrões de interações mais flexíveis, compreensão da história de aprendizagem do parceiro, mais contato com contingências e menos controle por regras, diminuir comportamento de fuga e esquiva, aumentar o grau de intimidade”. Portanto, como preditores de resposta ao tratamento encontram-se variáveis interpessoais, como qualidade de comunicação e progresso quanto a satisfação conjugal associada a aceitação emocional.

Apesar da necessidade de considerar que cada casal tem a própria história de relacionamento, e consequentes objetivos e estratégias adequados aos parceiros (OTERO e INGBERMAN, 2004 apud CARVALHO, CAVALCANTE e MOREIRA, 201?), é ilustrado por Vandenberghe (2015) que o terapeuta tem como tarefas centrais produzir a dinamização dos padrões de interações entre os parceiros; provocar um redirecionamento dos padrões de interações no seio do casal; possibilitar que os parceiros desenvolvam uma melhor compreensão da história de aprendizagem do outro; e promover um maior contato com as contingências e diminuir o controle verbal. Entende-se que, quando essas metas terapêuticas gerais estiverem bem ajustadas à realidade do casal, o desligamento é uma possibilidade a ser avaliada, visto que os parceiros terão autonomia para lidar com os conflitos cotidianos. Por fim, como procedimento usual para facilitar a generalização e manutenção dos ganhos terapêuticos, Carvalho, Cavalcante e Moreira (201?) explicam que deve ser buscado o uso de reforçadores naturais e o contato direto com as contingências naturais.

3 MÉTODO

Para a metodologia, foi escolhido o relato de experiência profissional para possibilitar a discussão das particularidades do presente atendimento clínico. Em acréscimo, foi utilizada a análise dos prontuários das sessões.

3.1 Caso Clínico

As sessões do presente caso foram realizadas ao longo do ano de 2021, e considerando a modificação natural dos objetivos terapêuticos, os fatores externos a vida do casal que necessitam o treinamento de outros repertórios e o tempo hábil para analisar os dados das sessões para o trabalho, a análise dos dados foi delimitada à 19 sessões (quatro sessões da fase de avaliação e 15 sessões da fase de intervenção), que ocorreram de 24/03/2021 à 25/08/2021. O casal consentiu que os dados fossem utilizados nessa pesquisa.

3.1.1. Entrevista de Triagem

Na entrevista de triagem (realizada por outro estudante da instituição), Carla[3] relatou que não queria fazer psicoterapia de casal, mas passou a avaliar positivamente a possibilidade após a sugestão e incentivo de uma amiga do casal. Para Carla, a maior queixa são as companhias de Diego, as quais ela acredita que o influenciam negativamente a tomada de decisões do parceiro. Neste momento, Diego relatou não saber que a parceira avaliava desta maneira. Já para Diego, a principal motivação para a busca do acompanhamento foi o fato dos desentendimentos cotidianos do casal, relatando que Carla busca com frequência uma razão para eles entrarem em conflito.

[3] Carla e Diego são nomes fictícios, escolhidos a fim de preservar a privacidade dos participantes.

3.1.2. Dados Obtidos na Fase de Avaliação

Considerando os fatores centrais para a formulação de caso na IBCT, foi considerado que o **tema** geral de conflito para o casal pode ser representado como: **confiança e prioridade**. Considerando que a classe de respostas emitidas na interação entre o casal é caracterizada pela dificuldade em discutirem temas da convivência devido a interpretações sobre a conduta do outro parceiro e evitação da vulnerabilidade na relação.

Com base na análise DEEP, foi levantado que os fatores que possivelmente contribuíram para que entrassem em conflito foram:

Diferenças: a parceira busca dialogar e demonstrar o que pensa e sente, e espera do parceiro esse comportamento, pois sente falta de saber mais sobre ele. Como produto da interação, se ressente por ele não se comunicar. O parceiro se descreve como alguém fechado, que não comunica os pensamentos e sentimentos, pois tem receio de magoar, preferindo se isolar.

Sensibilidades Emocionais: Em relação a parceira, ela tem histórico de violência e abandono das figuras parentais (eventos contínuos e inescapáveis), de forma que, ela possivelmente sente o comportamento de isolar-se do companheiro como um abandono.

Em relação a história de vida e contingências de reforçamento do parceiro, foi verificado que ele tem história de alcoolismo paterno, falta de estímulo para manifestar os próprios sentimentos, e valores materialistas. Em acréscimo, aos 18 anos, vivenciou incêndio na própria casa e não teve acolhimento de nenhum familiar, o que pode ter selecionado comportamentos de isolamento. Por outro lado, na vida adulta conviveu com familiares superprotetores que antecipavam as necessidades dele. De forma que ao verificar ressentimentos da parceira por ele se isolar, pode sentir esse comportamento como um ataque.

Fatores Externos Estressantes: Foi observado que o término da graduação e o desemprego da parceira podem acentuar conflitos existentes, visto que o casal vivencia problemas financeiros e o parceiro tenta assumir essa responsabilidade sem o auxílio da companheira, mentindo sobre a

situação financeira. Isso ocorre possivelmente pela influência sobre masculinidade proveniente do genitor dele e pela perda da estabilidade financeira do parceiro ao amasiar-se.

Padrão de Comunicação: a parceira avaliou que usualmente se comporta durante os conflitos indo contra o parceiro ao criticar, encontrar falhas; afastar-se do parceiro ao se defender e explicar a si; e sufocar[4] o parceiro ao questionar, investigar e monitorar. Ele avaliou perceber que a contribuição dela nos conflitos ocorre quando ela vai contra ele ao exigir, incomodar, pressionar, relembrar e forçar; que se afasta dele ao se distanciar e fechar; e que a sufoca ao questionar, investigar, monitorar e vigiar.

O parceiro avaliou que usualmente se comporta durante os conflitos indo contra a parceira ao criticar, encontrar falhas, atacar, apontar o dedo; afastar-se da parceira ao esconder segredos, enganar; e sufocar o parceiro ao perseguir, rodear, não deixar ir. Ela avaliou perceber que a contribuição dele nos conflitos ocorre quando ele a afasta, evita e se distancia dela; e que ele sufoca a parceira ao questionar, investigar e monitorar.

Armadilha mútua: em relação a parceira, foi observada uma experiência privada relacionada ao ataque, em que, ao compreender que as emoções dela não foram escutadas da forma como esperava, ela demonstra tentar se proteger de um abandono por meio do contra controle, agindo de forma acusatória com o parceiro, o que contribui para a cristalização do conflito e menor compreensão do estado privado do outro.

Em relação ao parceiro, observou-se que ao verificar a procura da parceira para obter informações sobre questões da casa e do relacionamento, ele se engaja em um padrão de esquiva dos eventos públicos (parceira), mas principalmente dos eventos privados, em que se afasta com frequência de qualquer indício de conflito, mas consequentemente também evita o desenvolvimento de intimidade.

No que se refere ao uso de questionários, uma vez que auxiliam a formular o caso e delinear as intervenções posteriores, foi aplicado nas

[4] Para facilitar a compreensão do leitor, o termo “sufocar” foi utilizado para substituir a palavra “colar”, presente nos questionários.

sessões de avaliação o “Questionário de Áreas Problemáticas”, que avalia áreas de problemas comuns ou de discordância em casais. Foi verificado que o casal estabeleceu como prioridade no processo terapêutico a intervenção acerca das finanças e da confiança.

Também foi utilizado o “Questionário do Relacionamento”, que segundo Christensen (2009) *et al* Ucla (2011) exerce a função de uma triagem breve para avaliar a satisfação do casal, o compromisso no relacionamento, e proporciona relatos abertos sobre as típicas interações positivas e negativas entre o casal. Observou-se que os parceiros buscaram outras alternativas para a resolução dos conflitos (instituição familiar e religiosa), no entanto, não obtiveram sucesso, o que possivelmente demonstra pouca habilidade do casal para lidar com os problemas conjugais e uma visão da psicoterapia como último recurso (UCLA, 2010).

O terceiro questionário foi o “Questionário de Satisfação Conjugal”, em que de forma objetiva, foi verificado que os parceiros apresentaram baixo índice de satisfação acerca da interação entre eles. Supõe-se que esse dado é complementar as informações obtidas na formulação de caso.

O último questionário aplicado na fase de avaliação foi o de “Comunicação Durante o Conflito”, de maneira que, foi verificada a dinâmica da parceira procurar para conversar, enquanto ele retrai-se e evita o diálogo. Entende-se que essa dinâmica perpetua os conflitos no relacionamento, e que a comunicação inadequada dificulta o desenvolvimento de outras habilidades do casal, como a aceitação.

3.2 Recursos

Os atendimentos psicológicos prestados à comunidade em geral, ocorrem no Serviço da Psicologia da UniFil por estudantes do quarto e quinto ano do Curso de Graduação em Psicologia, com supervisão semanal obrigatória. Para a captação de pacientes, os interessados devem entrar em contato com a secretaria da clínica, realizar a inscrição na lista de espera, que deve ser respeitada conforme ordem cronológica de contato, a menos em

casos de urgência e/ou encaminhamento de profissionais, entidades ou órgãos públicos assistenciais.

Posteriormente, é realizada uma entrevista psicológica de triagem por alunos do terceiro, quarto e quinto ano, não sendo possível prometer a imediaticidade do acompanhamento. A Entrevista de Triagem consiste em identificar o que determinou a procura por atendimento psicológico e, a partir disto, proceder os encaminhamentos pertinentes, que podem ser aguardar em lista de espera. A Ficha de Triagem contempla as iniciais do paciente a fim de manter o sigilo, informações e histórico médico, como por exemplo, internações clínicas e psiquiátricas, exames no ano corrente e medicações ingeridas; um relato breve da queixa; a disponibilidade de horários para atendimento psicológico e a renda, sendo possível ao triador anotar observações pertinentes.

Na psicoterapia para casais, cada paciente tem a própria Ficha de Triagem e Termo de Compromisso do Cliente. No entanto, o prontuário é conjunto e consta a Folha de Rosto para registro dos atendimentos recebidos, Relatos Semanais, Termo de Responsabilidade do aluno, Cartão de Retorno e eventuais materiais aplicados durante os atendimentos. O contato entre os alunos-terapeutas e os pacientes para o agendamento de atendimentos ou outros informativos, como por exemplo, faltas e justificativas é mediado pelas secretárias da clínica.

As salas tem estruturação semelhante e diferem quanto a presença de divã ou não, tamanho e disposição dos móveis, contam com lenços de papel e placa para sinalizar se está ocupada ou não. Os atendimentos tem duração de 50 minutos, exceto os atendimentos de casais, famílias e grupos, que tem duração de 1h30. No primeiro atendimento, constam no prontuário documentos a serem preenchidos, a Ficha de Triagem, Folha de Rosto, Termo de Compromisso e Relatos Semanais posteriores. O contrato terapêutico deve contemplar informações acerca do funcionamento da clínica, como política de faltas e desligamento (após duas faltas seguidas sem justificava ou três seguidas sem justificativa), atrasos (a sessão terá a mesma duração) e honorários (simbólicos e de acordo com tabela estabelecida).

3.3 Procedimento

Para descrever o procedimento utilizado ao longo dos atendimentos, optou-se por apresentar os registros dos atendimentos por meio de um quadro. A seguir, são especificadas as datas dos atendimentos, o número da referida sessão, os objetivos, demandas, intervenções e os progressos observados em cada atendimento.

Data	Número da sessão	Objetivos da sessão	Demandas da sessão	Intervenção realizada	Progressos observados
24/mar	**1**	Avaliação: entrevista com casal	fase de avaliação (descrita em 4.1.2.)	Avaliar as fontes de conflito entre o casal	fase de avaliação
27/mar	**2**	Atendimento individual com parceira	fase de avaliação (descrita em 4.1.2.)	Conhecer as contribuições da história individual nas situações relatadas pelo casal	fase de avaliação
31/mar	**3**	Atendimento individual com parceiro	fase de avaliação (descrita em 4.1.2)	Conhecer as contribuições da história individual nas situações relatadas pelo casal	fase de avaliação
07/abr	**4**	Sessão de feedback	fase de avaliação (descrita em 4.1.2)	Realizar devolutiva da formulação de caso e construir os objetivos terapêuticos	fase de avaliação

22/abr	**5**	Analisar funcionalmente os padrões de comunicação na resolução dos conflitos conjugais Apresentar a tarefa de intercâmbio comportamental	Padrão de esquiva do parceiro em discutir os conflitos conjugais Padrão questionador e queixoso da parceira sobre os comportamentos dele	Propor análise dos conflitos como consequência padrões de comunicação durante um momento de calma (a presente sessão) Avaliar as consequências a curto e longo prazo dos próprios comportamentos.	A parceira mostrou os sentimentos mais brandos (preocupar-se sobre como o parceiro está) O parceiro mostrou tentativa de empreender mudanças no próprio comportamento para a relação
28/abr	**6**	Operacionalizar os comportamentos descritos no intercâmbio comportamental / Prosseguir com a análise funcional considerando os principais eventos da semana	Parceiro pontuou não querer conversar porque não estava bem Parceira atribuiu culpa ao parceiro por estar chateada, e demonstrou dificuldades em dar feedback positivo as melhoras dele	Validar a perspectiva de ambos sobre o conflito Discutir a lista de intercâmbio comportamental de Carla Analisar a possibilidade de Carla também obter reforços sozinha (autocuidado) Organizar o ambiente para que os momentos de diálogo diminuíssem a propriedade aversiva	A sessão foi marcada por diálogos referentes aos conflitos e frustrações nas interações entre eles. Entretanto, foi observado que o diálogo acerca do relacionamento não ocorreu até o presente atendimento
05/mai	**7**	Resolução de problemas para iniciar e manter o diálogo /	Dificuldade do casal em relatar as principais interações	Explicar a função de discutir as principais interações da semana Relacionar os fatores estressores as dificuldades de comunica-	O casal demonstrou abertura para refletir sobre condições mais adequadas à comunicação

		realizar devolutiva do intercâmbio comportamental / validar e discutir diferenças do casal	da semana Carla demonstrou emoção ao comentar que o momento com o parceiro na mesa de jantar é importante a ela	ção Analisar o contexto do casal para a resolução de problemas Relacionar a história de vida as diferenças e as sensibilidades emocionais dos parceiros	Foi observado que ocorreu união empática entre o casal ao Carla demonstrar os sentimentos
19/mai	**8**	Realizar devolutiva do intercâmbio comportamental / discutir a aceitação das diferenças	Diego tentou permanecer a mesa com Carla, e ela trouxe ressentimentos por compreender que isto seria "forçado" (sic) Diego trouxe querer discutir em sessão o desejo dele em consumir bebida alcoólica nas festas familiares Carla retomou o tema da infidelidade ao argumentar sobre o uso de álcool e usou de adjetivos	Trabalhar a perspectiva das diferenças como algo esperado e não um problema	Diego relatou que o casal conseguiu dialogar durante a semana, e que isto foi satisfatório a ele Diego tentou incluir a parceira em uma decisão dele Carla demonstrou vulnerabilidade ao falar sobre a importância da companhia do parceiro.

			para descrever Diego		
02/jun	**9**	Retomar os padrões de comunicação / verificar principais interações da semana	Discussão acerca do uso de álcool de Diego O casal estava sob controle das emoções advindas do conflito Uso de ataque e defesa e tentativa de terem a razão	Direcionar o relato as próprias emoções ao invés de adjetivar o parceiro Retomar treino de comunicação e iniciar resolução de problemas Orientação sobre o uso das palavras sob controle das emoções aparentes Interrupção da discussão	Terapeuticamente, foi possível observar de forma mais clara os padrões de comunicação do casal Diego reconheceu que na ocasião, bebeu de forma abusiva.
16/jun	**10**	Discutir as faltas das últimas sessões / retomar as queixas e verificar as consequências das discussões em sessão	Casal trouxe relatos de maior tolerância a situação da bebida Retomada dos objetivos terapêuticos (intimidade, comunicação, infidelidade e assertividade)	Retomar o contrato terapêutico Discutir a tolerância as diferenças e a função do relato de Diego na sessão como uma melhora	Carla se referiu ao comportamento de Diego na situação da bebida que a incomodou Os parceiros apresentaram feedback positivo ao outro Diego analisou as consequências do próprio padrão de comunicação Carla relacionou o próprio comportamento a história de vida
23/jun	**11**	Discutir as principais interações		Discutir maneiras de solicitar mudança ao parceiro	Carla pediu desculpas ao companheiro pelo uso de

		da semana / Revisar os objetivos da psicoterapia com base nas áreas problemáticas.	Carla trouxe comportamentos frequentes de consumo de Diego, que prejudicariam a renda familiar Diego compartilhou situação que se sentiu ofendido por um adjetivo de Carla utilizado a ela		adjetivos, e se dirigiu ao comportamento dele de forma adequada Diego relacionou os próprios comportamentos que são diferenças entre o casal como fruto da história de vida
30/jun	**12**	Continuar a análise das áreas problemáticas / abordar resolução de problemas na área financeira.	A princípio, Diego se esquivou do tema da sessão O casal iniciou análise das consequências positivas da psicoterapia para eles	Analisar as consequências a curto e longo prazo do gasto frequente de dinheiro Proporcionar condições para que o casal analisasse comportamentos de autonomia na resolução dos problemas	O casal entrou em acordo para compartilharem as finanças Os parceiros analisaram a resolução de problemas com flexibilidade ao erro Carla analisou de forma autônoma os prejuízos das críticas constantes ao comportamento do parceiro
07/jul	**13**	Finalizar a análise das áreas problemáticas / Retomar a dinâmica do intercâmbio compor-	O casal continuou a analisar as alterações no repertório comportamental que produziram	Discutir aceitação dos sentimentos difíceis que surgem no processo de mudança Apresentar a ideia de valores do relacionamento para promover maior engajamento nas tarefas	O casal relatou melhoras na confiança de ambos Os parceiros identificaram mais conhecimentos sobre as necessidades do relacionamento deles

		tamental / discutir os sentimentos de acordo com as vivências semanais	mudanças na interação Dificuldade de Carla em esperar o momento adequado para resolver questões do relacionamento O casal desistiu de abordar a infidelidade como um tema relevante a terapia A prioridade das áreas problemáticas foi estabelecida em: finanças, carreira, tarefas domésticas, confiança, família e metas	de casa	
15/jul	**14**	Discutir as principais interações da semana / realizar a devolutiva do intercâmbio comportamental / retomar o andamento das finanças	Comunicação assertiva e responsabilização de cada parceiro sob o conflito	Estabelecer resolução de problemas para fortalecer interação adequada Retomar os prejuízos a longo prazo de evitar discussões importantes	Carla conseguiu comunicar os sentimentos de forma assertiva em sessão. Ambos conseguiram demarcar o próprio espaço no relacionamento (situação do celular)

21/jul	**15**	Discutir as principais interações da semana / retomar as áreas problemáticas (financeiro) / iniciar treino de habilidades sociais	Doença terminal de um amigo Não se lembrarem dos temas discutidos em casa durante a semana Dificuldade de L. em se responsabilizar nas dificuldades do relacionamento	Trabalho com o luto e comportamentos controláveis na situação Reforçar o comportamento de autonomia e estimular relatos em sessão (áreas problemáticas); Levantamento dos comportamentos necessários para habilidades sociais	Autonomia do casal para discutir as questões durante a semana; Compartilharem a vulnerabilidade do momento de luto, demonstrando empatia a e acolhimento aos sentimentos do outro
04/ago	**16**	Aplicar questionário para obter dados sobre o relacionamento / Devolutiva da atividade sobre habilidade social "dar e receber feedback positivo" / atribuir tarefa de casa sobre o tema	Trouxeram relatos positivos sobre o costume de realizar surpresas Carla relatou ter compreendido um elogio como falta de aceitação	Sensibilizar os parceiros sobre as consequências das alterações de comportamento Sensibilizar os parceiros sobre a dinâmica atual de comunicação entre eles Discutir como a interpretação está relacionada a história de vida	Discutiram abertamente e de maneira assertiva sobre os costumes do cotidiano Realizaram a atividade de feedback positivo de maneira adequada
11/ago	**17**	Discutir as mudanças verificadas nos questionários / discutir a tarefa	Dificuldades do casal na generalização pela tarefa de casa,	Sensibilizar o casal aos reforços naturais acessados no cotidiano Discutir as estratégias utilizadas nas finanças.	O casal demonstrou tolerância no processo terapêutico, tanto em aspectos de aceitação como de mudança

		de casa sobre "dar e receber feedback positivo"	pois planejaram situações arbitrárias Relataram que as finanças estão mais estáveis Trouxeram desencontros na comunicação da semana.		Apresentaram maior facilidade em discutir como poderiam ter se comportamento diferente em situações cotidianas
18/ago	**18**	Retomar a tarefa de casa sobre "dar e receber feedback positivo" / continuar a discussão de mudanças comportamentais	O casal disse ter esquecido a tarefa de casa novamente Os parceiros trouxeram falha na comunicação devido às brincadeiras, o que gerou dúvidas em ambos	Mostrar a função da tarefa de casa para trabalhar o repertório do casal Sensibilizar Carla a ficar sob controle dos comportamentos do parceiro Realizar treino de comunicação	Carla realizou discurso de que tem diferenças com o parceiro, mas pode elogiá-lo em outros aspectos O casal olhou para discussões durante a semana de forma natural
25/ago	**19**	Finalizar a tarefa de casa sobre "dar e receber feedback positivo" / continuar a discussão de mudanças comportamentais	Planos de mudança de emprego de Diego Dificuldade em identificar os elogios durante a semana	Treinar em sessão a identificação de ações positivas do parceiro e reforçá-la Validar as diferenças do casal expressar carinho	Identificaram interações positivas durante a semana Os parceiros traçaram mudanças do início do processo terapêutico Carla identificou a própria responsabilidade na manutenção dos conflitos

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Considerando o exposto no procedimento, foram escolhidas as principais intervenções realizadas no presente caso, a fim de discutir os resultados observados na interação entre o casal.

5.1. O Uso de Questionários

Conforme exposto anteriormente, os questionários são aplicados na fase de avaliação para auxiliar na formulação do caso, mas além disso, é explicado por Lins (2018) que eles funcionam como a agenda da sessão, uma vez que o casal elege os temas a serem trabalhados.

Primeiramente, para complementar a coleta de dados, foram aplicados os questionários de “Áreas problemáticas” (ANEXO A), que lista as áreas de maior e menor insatisfação, as divergências dos parceiros e o que cada um deseja trabalhar na psicoterapia. Como resultado, foi identificado que para Carla, as prioridades para trabalhar são a forma como lidam com as finanças da família, confiança ou ciúme e os objetivos, metas, prioridades e grandes decisões da vida. Para Diego, os pontos centrais são as finanças da família, demonstrações de afeto e relações sexuais. Com base no questionário de áreas problemáticas, foi possível identificar os objetivos do casal ao longo do processo terapêutico, estabelecer uma ordem de prioridade das demandas, e verificar progressos nas áreas trabalhadas.

No “Questionário do Relacionamento” (ANEXO B), de acordo com Lins (2020) são obtidas informações demográficas sobre o casal uma descrição aberta sobre as preocupações que os levaram a psicoterapia, e uma linha de base da satisfação deles no mês anterior ao início da psicoterapia. Como resultado, foi observado que Carla e Diego trouxeram perspectivas sobre tentarem uma visão diferente sobre o relacionamento, que não conseguiram resolver os problemas sozinhos e interpretam a psicoterapia como uma última tentativa para salvar o casamento. Com relação a satisfação dos parceiros, foram observados entre 0 e 2, o que reflete a dificuldade do casal em ter autonomia para resolverem os conflitos.

O questionário de “Satisfação Conjugal” (ANEXO C) objetiva, segundo Lins (2020) avaliar a melhoria da satisfação ao longo do processo terapêutico. Em

comparação dos dois questionários aplicados para o casal em um intervalo de cinco meses, foi observado que para Carla (em uma escala de 0 - insatisfação a 5 - satisfação), o índice das respostas subiu de 1 para 4. Em relação à Diego, o índice das respostas subiu de 1-2 para 4-5 (adenda-se que no questionário referente ao mês de agosto, Diego confundiu o preenchimento, e as respostas a serem consideradas são os “círculos”).

Por fim, o questionário de “Comunicação Durante o Conflito” (ANEXO D), que de acordo com os dados obtidos foi analisado que Carla apresenta um padrão de exigir, incomodar, pressionar, relembrar e forçar durante um conflito. Enquanto Diego apresenta um padrão de retirar-se, escapar evitar, distanciar e se fechar. Diante disso, Lins (2020) explica que nesse questionário, é possível avaliar os padrões de interação problemáticos que dificultam a relação do casal. Foi observado que os dados obtidos complementam as entrevistas e a observação realizada em sessão, e permitiram apresentar ao casal na sessão de feedback informações concretas sobre a formulação de caso e o funcionamento conjugal.

5.2. Estratégias de Aceitação

A fim de explicar o conceito de aceitação na relação conjugal, Christensen, Doss e Jacobson (2018, p. 187) descrevem que:

> Em sua forma mais elevada, a aceitação pode promover mais do que apenas a tolerância: ela permite que você veja além das atitudes negativas de seu parceiro naquele momento para as boas intenções que delas brotam ou as consequências positivas que as vezes elas têm. Isso não significa que você nunca resista ao comportamento aversivo de seu parceiro, nunca discuta sobre isso ou nunca tente limitá-lo. Mas isso quer dizer que você pode ir além

Em acréscimo, os autores esclarecem que a aceitação é uma mudança significativa, no entanto, ela não ocorre nos padrões comportamentais, mas na atitude, na reação emocional e na interpretação sobre o comportamento do parceiro.

5.2.1. União Empática

No que se refere a estratégia de união empática, a intervenção objetivou que

os parceiros compreendessem as diferenças entre eles como padrões comportamentais provenientes da história de vida, objetivando diminuir as posições cristalizadas de conflito. Cordova & Jacobson (1999) apud Carvalho, Cavalcante e Moreira (201?) elucidam que ao terapeuta enfatizar na sessão o sofrimento sem a acusação, os parceiros são encorajados a expressar as emoções boas e a compreender as emoções amenas do outro.

Um exemplo do resultado obtido nessa dinâmica ocorreu em uma discussão do casal sobre Diego não se sentar à mesa durante as refeições, e Carla ter a expectativa de realizar as refeições em família. Na dinâmica anterior ao início do acompanhamento psicoterapêutico, ela chamava o parceiro para a mesa, ela não ia por preferir ficar no quarto e ela apresentava ressentimentos por isso, e eles não dialogavam sobre a questão. Foi observado que ao Carla relatar de forma emocionada sobre a história de vida marcada pela falta de união familiar e o significado de estabelecer um novo costume, Diego se aproximou dela, colocou a mão no joelho da parceira e disse não saber que essa questão era importante a ela, mas que a partir do referido dia, tentaria estabelecer essa mudança no próprio comportamento.

Dessa forma, a intervenção buscou promover condições para o relato das sensibilidades emocionais atingidas na interação entre o casal, a fim de que solicitasse a mudança fazendo uso das emoções mais brandas, desenvolvendo empatia pelo outro.

5.2.2. Distanciamento Unificado do Problema

Sobre a importância do uso dessa estratégia, Christensen, Doss e Jacobson (2018) mostram que na interação com as incompatibilidades entre o casal, quando uma questão específica não se refere a sensibilidades emocionais, uma alternativa viável seria apresentar um pouco de distância e objetividade em relação as diferenças, de forma que, mesmo que o conflito não seja resolvido, os problemas reativos da discussão não ocorreriam. E isto pode acontecer por meio de “uma perspectiva mais ampla, observação objetiva ou humor” (CHRISTENSEN, DOSS e JACOBSON, 2018, p. 261).

Um exemplo é o fato de Diego gostar de guardar roupas antigas no armário e

Carla se desfazer das peças sem avisar previamente. Esta foi uma questão que produziu conflitos durante a semana do casal, mas em sessão, eles estabeleceram algumas peças que não poderiam jogar no lixo, e trataram com humor o desaparecimento das peças.

5.3. Estratégias de Mudança

Tendo em vista o exposto que a intervenção norteada pela IBCT se baseia em estratégias de aceitação e mudança, foi verificado que a dificuldade do casal em manter comunicação apropriada poderia estar dificultando que mudanças subsequentes ocorram, uma vez que o afastamento entre eles poderia estar dificultando com que interações reforçadoras ocorressem. Se faz importante considerar que os objetivos terapêuticos podem mudar ao longo dos atendimentos, de acordo com as demandas trazidas pelo casal.

5.3.1. Treino de Comunicação

Em relação a análise DEEP na dinâmica entre o casal, Christensen, Doss e Jacobson (2018) analisam que as diferenças de um casal sobre o conceito de afeto podem ser agravadas pelas sensibilidades emocionais, ao padrão de comunicação e aos fatores estressores. No que se refere ao presente casal, foi observado que Carla valoriza a companhia do parceiro e busca a proximidade dele para conversar sobre o cotidiano, no entanto, ela aborda Diego no momento que fatores estressores relacionados ao trabalho dele estão atuando, e ela compreende o isolamento do parceiro como um abandono devido as sensibilidades emocionais relacionadas ao histórico de negligência familiar dela, fazendo com que Carla aja de forma reativa diante desse sentimento.

Em complemento, os autores supracitados mostram que “a crítica e a falta de afeto estão ligadas em um círculo vicioso de comunicação” (2018, p. 193). Nesse sentido, foi observado que o padrão comportamental de isolamento de Diego possa estar relacionado as sensibilidades emocionais, por ele ter o abrigo negado pelos familiares após vivenciar um incêndio, de forma que, ao ser criticado por Carla, a esquiva de interação conjugal aumenta de frequência por compreender os

apontamentos da parceira como uma rejeição. Ademais, o exercício do trabalho e a vida financeira mostraram-se importantes para ele possivelmente por conta da influência paterna, e ao verificar dificuldades em cumprir essas tarefas, Diego evita compartilhar estas vulnerabilidades com terceiros.

Considerando o exposto, um primeiro aspecto acerca do treino de comunicação é que o casal expressasse as próprias emoções ocultas em relação ao comportamento do outro, e não apontar ao parceiro de forma crítica, a fim de que não desviassem do conflito a ser resolvido (CHRISTENSEN, DOSS e JACOBSON, 2018). Como resultado obtido, verificou-se que a posição de ataque e/ou defesa dos parceiros diminuíam ao ter acesso aos sentimentos do outro. Um exemplo dessa alteração seria Carla sinalizar que não deseja entrar em conflito com Diego, mas que se preocupa com a falta de interação entre eles, de maneira que, em sessões posteriores, o parceiro contou que esse foi um “click” (sic) para que pudesse analisar e empreender sobre mudanças no próprio comportamento, pois ao verificar que a procura da parceira para o diálogo não necessariamente significa coação, ele demonstrou abertura para acessar reforçadores naturais na interação com ela.

Em acréscimo, a mudança de Diego facilitou a aceitação de Carla, pois ela iniciou reflexão sobre as dificuldades e os sentimentos do parceiro no momento de resolver o conflito. Exemplificando um caso sobre dificuldades de comunicação, Christensen, Doss e Jacobson (2018) apontam que o trabalho conjunto na aceitação e mudança pode contribuir para a melhora do caso em geral, uma vez que a mudança de um parceiro encoraja a aceitação do outro, e vice-versa.

Um aspecto explicado pelos autores refere-se a escolha do momento adequado para discutirem o conflito, uma vez que ao encontrar um momento e um lugar que funcionem para ambos, diminuem a probabilidade de acentuarem o conflito por conta das emoções intensas do momento. Como resultado, foi observado que o casal estabeleceu o momento que assistem televisão antes de dormir, pois por ser um ambiente informal, não sinaliza a eles um momento de tensão e conflitos acentuados, e para Carla, possibilita que resolva as questões necessárias de forma mais rápida, pois o parceiro está presente no local. Diante disso, verificou-se que as interações entre o casal no cotidiano aumentaram de frequência, e apresentaram êxito em discutirem sobre os conflitos cotidianos.

Vislumbra-se também que a comunicação envolve a interação entre os papeis de falante e ouvinte (SILVA E VANDENBERGUE, 2008), sendo que comportamentos

de falante envolve comportamentos como se dirigir a comportamentos específicos do outro que produziam desconforto e conflito, já o comportamento de ouvinte envolve comportamentos como a atenção plena a fala do outro sem questionamentos. Como resultado, verificou-se que os parceiros demonstram progressos graduais, uma vez que está sendo modelado no relato durante as sessões, no entanto, apresentam análises sobre as mudanças na comunicação decorrente do treino de comunicação.

A fim de citar outras estratégias utilizadas ao longo das sessões, foram utilizadas a análise funcional das consequências de curto e longo prazo dos padrões de comunicação, a fim de estimular a discriminação dos padrões comportamentais na interação com o parceiro. Como consequência, o casal mostrou analisar de forma autônoma as mudanças importantes para a melhora da qualidade do relacionamento. Por fim, outra estratégia de comunicação relevante foi “dar uma pausa” (Christensen, Doss e Jacobson, 2018) na comunicação quando as emoções se encontram exaltadas para não amplificar o conflito. Como resultado, foi observado que os parceiros apresentaram boa aderência a estratégia, e em complemento, demonstraram engajamento em comunicar as próprias emoções e necessidades ao outro.

5.2.2. Treino de Resolução de Problemas

Como uma estratégia de mudança na Terapia Comportamental Integrativa de Casal, o treino de resolução de problemas possibilita a mudança do processo central de negociação do relacionamento entre os parceiros, do enfrentamento de problemas e de convivência em geral (SILVA E VANDENBERGUE, 2008). Os referidos autores acrescentam que o treinamento em resolução de problemas ensina estratégias concretas para lidar com os pequenos problemas do cotidiano que podem ser foco de uma crise entre o casal.

Com os parceiros do presente estudo, verificou-se que ao decorrer das sessões, surgiram intercorrências cotidianas que mobilizaram diferenças entre eles. Uma situação observada foi em relação ao uso de álcool de Diego, em que Carla vivenciou histórico de alcoolismo parental e, atualmente, possui uma visão de mundo pautada em princípios religiosos. Durante uma sessão, Diego apresentou a parceira o desejo de consumir bebidas alcoólicas em festas familiares, sendo

observado que a situação mobilizou as sensibilidades emocionais de Carla, o que proporcionou o início de acusações e hipóteses dela sobre um futuro quadro de alcoolismo do parceiro, enquanto ele defendia-se na situação.

Como resultado da intervenção, foi observado que o treino de resolução de problemas facilitou com que o casal entendesse novas respostas para o conflito como uma alternativa possível. Entretanto, verificou-se que o casal demonstrou dificuldades em discutir de forma conjunta qual a melhor alternativa, o que pode estar relacionado a não terem o repertório explicado por Silva e Vandenbergue (2008), em que para o funcionamento desta estratégia, o parceiro precisa abrir mão de estratégias de controle aversivo e reconhecer a contribuição da perspectiva do companheiro. Considerando isso, esclareço que essa habilidade de expressar e receber opiniões começou a ser treinada nas sessões posteriores a delimitação deste trabalho.

5.2.3. Intercâmbio Comportamental

Para melhorar a satisfação conjugal entre o casal, foi utilizado o intercâmbio comportamental. Christensen, Doss e Jacobson (2018) explicam sobre a importância de responsabilizar-se pela mudança no relacionamento, e isto pode ser feito em agir de forma construtiva com o outro, fazer algo positivo ao parceiro sem nenhuma condição, atender um pedido recorrente do parceiro desde que não fira os próprios valores, cuidar melhor de si mesmo, minimizar os danos dos conflitos, mudar o meio de comunicação, entre outros. Entende-se que ao assumir a própria responsabilidade pelos conflitos, os parceiros consigam identificar que mudanças podem empreender para a melhora do relacionamento.

Como resultado, foi observado que o casal retomou o costume de realizar surpresas um para o outro (fazer algo positivo sem condições); que Carla aumentou o repertório de autocuidado e começou a fazer passeios sozinha, o que diminuiu as cobranças ao parceiro; que listaram comportamentos de aceitação e desenvolveram mais tolerâncias as diferenças. Assim, ao longo das sessões, eles generalizaram o comportamento de contribuir individualmente para o relacionamento.

5.3.4. Treino de Habilidades Sociais

Ao longo das sessões, de acordo com os conflitos cotidianos do casal, foi verificado o padrão comportamental principalmente da parceira em dificuldade de fornecer feedback positivo ao parceiro, de forma que se ateve majoritariamente aos pontos de conflito, sendo observado que a posição acusatória de ambos intensificava os conflitos cotidianos. Como intervenção, foi realizado o treino de habilidades sociais de dar e receber feedback positivo, a fim de estabelecer maior vulnerabilidade do casal e aumentar a frequência de interações positivas entre os parceiros. Bolsoni-Silva (2009) mostra que a habilidade de dar e receber feedback é importante na manutenção das relações, pois possibilita a regulação do comportamento de acordo com as demandas sociais e desenvolver relações saudáveis e satisfatórias.

Como resultado, verificou-se que eles apresentaram padrão de criticar a dinâmica, se esquivar da atividade e demonstrarem receio por considerarem a mudança artificial. Considera-se que essa resposta pode estar relacionada a dificuldade do casal em se engajar em situações de comunicação formal. Diante disso, a atividade foi novamente explicada e foi trabalhado que o feedback positivo é atribuído em situações cotidianas, e com isso obteve-se maior engajamento dos parceiros, sendo verificado que a abordagem da aluna-terapeuta nesse sentido foi mais satisfatória, uma vez que o casal compreendeu melhor a dinâmica proposta e desenvolveram maior sensibilidade aos reforçadores naturais na interação entre eles. Nesse sentido, foram recorrentes relatos sobre os reforçadores acessados quando estão juntos.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

No presente estudo, o problema de pesquisa visou investigar os resultados obtidos a partir do uso de estratégias da Terapia Comportamental Integrativa de Casal. Foi observada a importância da IBCT na alteração do padrão de interação entre os parceiros, sendo verificado que, a melhora na satisfação conjugal possivelmente produz alterações no bem-estar individual. Vê-se que no referido caso estudado, o treino de comunicação aplicado durante as sessões auxiliou indiretamente na resolução de algumas áreas problemáticas do casal, principalmente em relação as finanças e a confiança.

Em relação as estratégias de aceitação, observou-se que auxiliou o casal a desenvolver empatia as diferenças relacionadas as sensibilidades emocionais, promovendo união empática e acolhimento ao outro; aumentar a tolerância as diferenças cotidianas, diminuindo a frequência de conflitos que não correspondem a questões significativas ao casal; e proporcionar condições para a exposição da vulnerabilidade dos parceiros, o que ameniza posições de ataque e defesa durante os conflitos. No que se refere as estratégias de comunicação, foi verificado que contribuiu para modelar a expressão dos sentimentos e os papéis de falante e ouvinte, diminuir a probabilidade de o diálogo ter propriedade aversiva, e analisar funcionalmente os padrões de comunicação presentes nos conflitos.

Desta forma, considera-se que foi possível atender os objetivos estabelecidos, que compreendem analisar e promover um modelo para a condução analítico-comportamental em clínica-escola para casais com base em estratégias de aceitação e mudança, uma vez que foram discutidos os princípios teóricos que auxiliaram nas intervenções, e no contexto do referido caso e a delimitação realizada para o estudo, foram obtidos resultados satisfatórios na mudança de interação entre o casal. Em acréscimo, avalia-se que foi possível levantar possibilidades de atuação para a inserção do psicólogo clínico no mercado de trabalho, uma vez que o estabelecimento da interação aluno-cliente contribui no conhecimento sobre as intervenções terapêuticas enquanto profissional psicólogo, além que, as condições de aprendizagem do atendimento em clínica-escola, que auxiliam na previsão da realidade do mercado profissional. Como lacuna, pode ser importante o estudo das aplicações de estratégias de aceitação e mudanças a outros funcionamentos conjugais, culturas e em um maior número de sessões.

REFERENCIAS

ABREU, P; ABREU, J. **Instituto de Análise do Comportamento de Curitiba** - IV Encontro Internacional de Terapias Comportamentais Contextuais e Psiquiatria, 2021. Conhecimento em contexto. Disponível em: <http://terapiascomportamentais.com.br/index.php/en/>. Acesso em: 21. out. 2021.

BOLSONI-SILVA, A.T. **Relacionamento conjugal**: quais comportamentos são importantes? São Carlos: Suprema, 2009. Cartilha, 48 p.

CARVALHO, A.P.M; CAVALCANTE, C; MOREIRA, F.B. **Terapia Comportamental de Casais**. 201?. Disponível em: <http://www.uel.br/grupo-estudo/analisedocomportamento/pages/arquivos/TERAPIA%20DE%20CASAL_2.pdf>. Acesso em: 06. jul. 2021.

CHRISTENSEN, A. et al. Problemas do Casal. In: BARLOW, D. H. (Org.). **Manual Clínico dos Transtornos Psicológicos**. Porto Alegre: Artmed, 2016. Cap. 18, p. 697-724.

CRISTENSEN, A; DOSS, B.D.; JACOBSON, N.S. **Diferenças Reconciliáveis**: Reconstruindo seu relacionamento ao redescobrir o parceiro que você ama, sem se perder. 2. ed. Novo Hamburgo: Sinopsys, 2018.

COSTA, C.B. et al. Terapia de Casal e Estratégias de Resolução de Conflito: Uma Revisão Sistemática. Psicologia: Ciência e Profissão. Jan/mar. 2017, v. 37, n.1, p. 208-223. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/fCjtdgfd5zR9bqXpQTs9fqm/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 23 out. 2021.

FERREIRA, T.A.S; et al. Qual o Objetivo da Análise do Comportamento Clínica? **Acta Comportamentalia**, v. 25, n. 3, p. 395-410, 2017. Disponível em: <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/1200201>. Acesso em: 15.out. 2021.

GUIMARÃES, C.F; COUTO, G. **Características de saúde mental e suas relações com interações conjugais**. 2011, 15 f. Iniciação Científica (Graduando em Psicologia) – Universidade Federal de Goiás. Disponível em: <http://www.sbpcnet.org.br/livro/63ra/conpeex/pivic/trabalhos/CAROLINA.PDF>. Acesso em: 25. out. 2021.

HAYES, S.C. Acceptance and Commitment Therapy, Relational Frame Theory, and the Third Wave of Behavioral and Cognitive Therapies. **Behavior Therapy**, v. 35, p. 639-665, 2004. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27993338/>. Acesso em: 04. out. 2021.

LINS, M. Atualização dos Questionários da IBCT. **Cefi Contextus**: Terapias Comportamentais Contextuais, 2020. Disponível em: <http://terapiascontextuais.com.br/>. Acesso em: 21. abr. 2021.

LINS, M. Questionários IBCT para avaliação do funcionamento conjugal. **Cefi Contextus**: Terapias Comportamentais Contextuais. 2018. Disponível em: <http://terapiascontextuais.com.br/questionarios-ibct-para-avaliacao-do-funcionamento-conjugal/>. Acesso em: 20. abr. 2021.

MORAES, S. C. **Terapia Analítico-Comportamental Infantil em Grupo aplicada a Crianças com Dificuldades de Aprendizagem**. Monografia (Especialização em Terapia Analítico-Comportamental Infantil) – Instituto Brasiliense de Análise do Comportamento, Brasília, 2013. 39 f.

MOREIRA, M.B; MEDEIROS, C.A. **Princípios Básicos de Análise do Comportamento**. Porto Alegre: Artmed, 2007.

LUCENA-SANTOS, P; PINTO-GOUVEIA, J; OLIVEIRA, M.S. Primeira, Segunda e Terceira Geração de Terapias Comportamentais. In:_____. **Terapias Comportamentais de Terceira Geração**. Porto Alegre: Sinopsys, 2015. p. 29- 57.

PIENTZ, R.D; ANDRETTA, I. A eficácia das terapias comportamentais de casal na satisfação conjugal. **Revista Brasileira Psicoterapia**, v. 16, n.3, p. 30-43, 2014. Disponível em:< http://rbp.celg.org.br/detalhe_artigo.asp?id=161>. Acesso em: 16. out. 2021.

SILVA, L.P; VANDENBERGHE, L. A importância do treino de comunicação na terapia comportamental de casal. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 13, n.1, p. 161-168, jan/mar. 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/57BDnBHHjK4mrJyzk4pDSXj/?lang=pt&format=pdf#:~:text=A%20meta%20do%20treino%20de,que%20o%20falante%20queria%20passar.>. Acesso em: 14. out. 2021.

SDOUKOS, S.S. **Juntos!** Enfrentando problemas de relacionamento com a Terapia Comportamental Integrativa de Casal (IBCT). Londrina: Operantis: Psicologia e Análise do Comportamento. 2020. E-book. Disponível em: <https://comportese.com/2020/07/06/juntos-enfrentando-problemas-de-relacionamento-com-a-terapia-comportamental-integrativa-de-casal-ibct>. Acesso em: 08. jul. 2021.

SKINNER, B.F. Uma tecnologia do comportamento. In:_____ (org.). **Para além da liberdade e da dignidade**. Lisboa: Edições 70, 1971, p. 9-26.

UCLA, University of California, Los Angeles. Seeking to Pre-Empt Marital Strife. 2010. Disponível em:< https://ibct.psych.ucla.edu/seeking-to-pre-empt-marital-strife/>. Acesso em: 24. jan. 2022.

UCLA, University of California, Los Angeles. **Questionnaires**. 2011. Disponível em: <https:///ibct.psych.ucla.edu/questionnaires/>. Acesso em: 24. jan. 2022.

VANDENBERGHE, L. Terapia Comportamental Integrativa de Casais. In: VANDENBERGHE, P; PINTO-GOUVEIA, J; OLIVEIRA, M. S. (Orgs.). **Terapias Comportamentais de Terceira Geração**: guia para profissionais. Novo Hamburgo: Sinopsys, 2015. Cap. 17, p. 506-526.

APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE ESCLARECIDO

Esta pesquisa faz parte de um estudo da disciplina Trabalho de Conclusão de Curso II do curso de Psicologia do Centro Universitário Filadélfia – UniFil que tem como título: “Atendimento psicológico de casal em clínica-escola norteado pela Terapia Comportamental Integrativa de Casal (IBCT): O uso de estratégias de aceitação e mudança Um Relato de Caso”**,** orientado pela Profª Ms. Karina Casaçola Cinel. O objetivo desta pesquisa é analisar a condução de um caso clínico de casal com base na IBCT e suas estratégias de aceitação e mudança.

A referida pesquisa será realizada por meio dos registros de sessões psicoterapêuticas para obter os dados necessários para a análise.

As informações obtidas por meio desta pesquisa são confidenciais e asseguramos o sigilo sobre sua participação. Os resultados deste estudo poderão ser divulgados em eventos científicos da área, sendo que sua identidade será preservada.

Sendo assim, solicitamos seu consentimento para participar do estudo, assegurando que isso não acarretará em prejuízos morais, físicos, psicológicos e financeiros ao participante.

Fica também esclarecido que não haverá custo nem remuneração aos participantes.

Eu _____ declaro que discuti este termo, entendi o objetivo, riscos e benefícios de minha participação na pesquisa e concordo em participar voluntariamente deste estudo. Fui informada (o) do sigilo das minhas respostas.

Londrina, 07 de outubro de 2021.

_____
Juliana Terci Tarosso
Pesquisadora

_____
Profª Ms. Karina Casaçola Cinel
Orientador

_____
Assinatura do participante

ANEXO A – QUESTIONÁRIO DE ÁREAS PROBLEMÁTICAS

Questionário de Áreas Problemáticas

(Heavey, Christensen & Malamuth, 1995)

Nome_____**Data:** _____

A seguir está uma lista das áreas nas quais os casais estão muitas vezes insatisfeitos ou têm divergências sobre o comportamento do outro. Por favor, preencha o círculo que representa como você está em relação à forma como cada uma das seguintes áreas é tratada em seu relacionamento.

	Completamente Satisfeito /feliz						**Completamente Insatisfeito/infeliz**
1. Lidar com as finanças da família.....	O	O	O	O	O	O	O
2. Filhos ou parentalidade	O	O	O	O	O	O	O
3. Demonstrações de afeto.....	O	O	O	O	O	O	O
4. Relações sexuais.....	O	O	O	O	O	O	O
5. Carreira / Decisões de emprego.....	O	O	O	O	O	O	O
6. Tarefas domésticas.....	O	O	O	O	O	O	O
.							
7. Confiança ou ciúme.....	O	O	O	O	O	O	O
8. Lidar com sogros / pais / parentes.....	O	O	O	O	O	O	O
9. Tempo de recreação / lazer juntos	O	O	O	O	O	O	O
10. Drogas ou álcool.....	O	O	O	O	O	O	O
11. Religião.....	O	O	O	O	O	O	O
12. Mau humor / temperamento / emocionalidade	O	O	O	O	O	O	O
13. Objetivos, metas, prioridades, as grandes decisões na vida...	O	O	O	O	O	O	O
14. Comportamento ou aparência apropriada.....	O	O	O	O	O	O	O
15. Outros_____	O	O	O	O	O	O	O

Agora circule os números das três áreas mais importantes, acima, as quais você gostaria de trabalhar na terapia

ANEXO B – QUESTIONÁRIO DO RELACIONAMENTO

QUESTIONÁRIO DO RELACIONAMENTO

Nome:_____ **Data:**_____

Instruções: responda a cada pergunta sobre você e seu parceiro(a)

	Cônjuge ou Parceiro(a) 1	**Cônjuge ou Parceiro(a) 2**
1. Nome e idade		
2. Etnicidade.		
3. Ocupação/Trabalho		
4. Trabalho em tempointegral ou parcial		
5. Já fez terapia decasal?		

6. Status da relação _____

7. Tempo da relação _____

8. Número de filhos em casa _____

Com suas próprias palavras, descreva o principal motivo que leva você à terapia:

Por favor, circule o número que corresponde a como você se sentiu sobre o seu relacionamento com o seu parceiro, <u>noúltimo mês, antes de decidir vir à terapia</u> (Funk & Rogge, 2007)

1. Por favor, indique o grau de felicidade, considerando todas as questões do seu relacionamento:

Extremamente Infeliz	Bastante Infeliz	Um pouco Infeliz	Feliz	Muito Feliz	Extremamente Feliz	Perfeito
0	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**

	De jeito nenhum é verdade	Bem pouco é verdade	Algumas vezes é verdade	Na maioria das vezes é verdade	Quase sempre é verdade	Totalmente verdadeiro
2. Tenho uma relação acolhedora e confortável com o meu parceiro/a	**0**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
3. Meu relacionamento com meu parceiro/a é gratificante.	**0**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
4. Em geral, estou satisfeito/a com o meu relacionamento.	**0**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

CSI-4 Total Item 1-4:_____

5. Nossa relação é consistente	**0**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
6. Minha relação com meu parceiro/a me faz feliz	0	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**

Para cada um dos itens a seguir, selecione a resposta que melhor descreve <u>como você se sente sobre seu relacionamento</u>. Baseie suas respostas em suas primeiras impressões e sentimentos imediatos sobre o item.

7.	**RUIM**	0	1	2	3	4	5	__ **BOM**
8.	**AGRADÁVEL**	0	1	2	3	4	5	__ **HORRIVEL**

ANEXO C – QUESTIONÁRIO DE SATISFAÇÃO CONJUGAL

QUESTIONÁRIO DE SATISFAÇÃO CONJUGAL

(CSI 16-Funk & Rogge, 2007)

Nome_____ Data_____

Por favor, circule o número que corresponde a como você se sentiu sobre o seu relacionamento com o seu parceiro, no último mês, antes de decidir vir à terapia (Funk & Rogge, 2007)

1. Por favor, indique o grau de felicidade, considerando todas as questões do seu relacionamento:

Extremamente Infeliz	Bastante Infeliz	Um pouco Infeliz	Feliz	Muito Feliz	Extremamente Feliz	Perfeito
0	1	2	3	4	5	6

2. Em geral, com que frequência você acha que as coisas entre você e seu parceiro(a) estão indo bem?	Sempre 5	Frequentemente 4	Quase sempre 3	Às vezes 2	Raramente 1	Nunca 0
	De jeito nenhum é verdade 0	Bem pouco é Verdade 1	De alguma maneira é verdade 2	Na maioria das vezes é verdade 3	Quase sempre é verdade 4	Completamente Verdadeiro 5
3. Nosso relacionamento é forte						
4. Meu relacionamento com meu parceiro/a me faz feliz						
5. Tenho uma relação acolhedora e confortável com o meu parceiro/a						

6. Eu realmente me sinto parte de uma equipe com meu parceiro(a)						

	De jeito nenhum 0	Um pouco 1	De alguma maneira 2	Na maioria das vezes 3	Quase Sempre 4	Completamente 5
7. Minha relação com meu parceiro(a) é gratificante						
8. Meu parceiro(a) atende bem às minhas necessidades						
9. Minha relação atendeu às expectativas originais						
10. Em geral estou satisfeito(a) com minha Relação						

Para cada um dos itens a seguir, selecione a resposta que melhor descreve como você se sente sobre seu relacionamento. Baseie suas respostas em suas primeiras impressões e sentimentos imediatos sobre .

11.	INTERESSANTE	5	4	3	2	1	0	TEDIOSO
12.	RUIM	0	1	2	3	4	5	BOM
13.	PLENO	5	4	3	2	1	0	ESVAZIADO
14.	FORTE	5	4	3	2	1	0	FRÁGIL
15.	DESANIMADOR	0	1	2	3	4	5	ESPERANÇOSO
16.	AGRADÁVEL	5	4	3	2	1	0	HORRÍVEL

APÊNDICE D – Questionário de Comunicação Durante o Conflito

COMUNICAÇÃO DURANTE O CONFLITO
(Cristensen, 2010)

Quando os casais têm desentendimentos, geralmente se envolvem em comportamentos negativos, como os que estão abaixo. No item A, abaixo, você indicará como seu parceiro normalmente se comporta durante os conflitos. No item B, abaixo, você indicará como você normalmente se comporta durante os conflitos.

A. Durante os conflitos, é mais provável que meu parceiro/a (circule o número de **apenas uma categoria abaixo** e verifique os comportamentos que seu parceiro tem nessa categoria)

1. Vá contra mim ao...

_____ Criticar, culpar, encontrar falhas, atacar, apontar o dedo
_____ Exigir, incomodar, pressionar, relembrar, forçar
_____ Controlar, competir, mostrar quem está certo, aliando-se aos outros contra mim
_____ Discutir, escalar, exagerar

2. Afaste-se de mim ao...

_____ Retirar-se, escapar, evitar-me, distanciar-se, fechar-se
_____ Esconder, fugir, ter segredos, enganar
_____ Rejeitar, minimizar, negar minhas preocupações, resistir aos meus esforços
_____ Defender-se, justificar-se, explicar a si mesmo

3. Cole em mim ao...

_____ Perseguir, apegar-se, rodear, não me deixar ir
_____ Interferir, invadir, intrometer-se
_____ Questionar, investigar, monitorar, vigiar-me

B. Durante os conflitos, é mais provável que eu (circule o número de **apenas uma categoria abaixo** e verifique os comportamentos que você se envolve nessa categoria)

1. Vá contra o meu parceiro ao...

_____ Criticar, culpar, encontrar falhas, atacar, apontar o dedo
_____ Exigir, irritar, pressionar, relembrar, forçar,
_____ Controlar, competir, mostrar quem está certo, aliando-me aos outros contra ele
_____ Argumentar, escalar, exagerar

2. Afaste-me de meu parceiro ao...

_____ Retirar-me, escapar, evitar, distanciar-me, fechar-me
_____ Esconder, fugir, ter segredos, enganar
_____ Rejeitar, minimizar, negar suas preocupações, resistir aos seus esforços
_____ Defender-me, justificar-me, explicar a mim mesmo

3. Cole no meu parceiro ao...

_____Perseguir, apegar-me, rodear, não deixar ir
_____ Interferir, invadir, intrometer-me
_____Questionar, investigar, monitorar, vigiar